

# **49. Internationales Leichtathletik-Meeting/ Rhede mit 5. NRW Hammerwurf-Cup am 20. Juli 2019 im BESAGROUP-Sportpark-Rhede**

Veranstalter:	LAZ Rhede
Veranstaltungstag:	Samstag, den 20. Juli 2019
Veranstaltungsort:	Besagroup-Sportpark, Am Sportzentrum 1, 46414 Rhede
Veranstaltungsbeginn:	13:00Uhr
Meeting-Direktor:	Jürgen Palm
Kontakt/Meldungen	LAZ Rhede Am Sportzentrum 1 46414 Rhede Tel. 02872-5237 Fax. 02872-7569 e-mail: <a href="mailto:laz.rhede@gmx.de">laz.rhede@gmx.de</a>
Startgeld:	Männer/Frauen 8 Euro, Jugend 5 Euro, Staffeln 10 Euro
Prämien:	Platzierungsprämien Männer/Frauen: 100/60/40 Platzierungsprämien m/wU20: 50/30/20 Leistungsboni und Zahlungsmodalitäten siehe LAZ-Rhede.com
Meldeschluss:	Freitag, den 12. Juli 2019

## Disziplinen und (Leistungsrichtwerte 2019)

Männer:	100m (11,30), 200m (22,50), 400m (50,50), 800m (1:57,00), 1500m (4:05,00), 400mH (56,00), Weitsprung (7,20), Hammerwurf (50,00m) mit NRW-Cup-Wertung U23
Frauen:	100m (12,70), 200m (25,80) , 400m (58,50), 800m (2:17,00), 400mH (64,50), Weitsprung (5,80), Dreisprung (12,00), Hammerwurf (42,00 mit NRW - Cup-Wertung U23, Speerwurf (40,00)
männliche Jugend U20:	800m (2:02,00), 1500m (4:12,00), 400mHürden (58,00), Hochsprung (1,85), Hammerwurf U20 (40,00m)
männliche Jugend U18:	Hochsprung (1,75), Hammerwurf (38,00)
weibliche Jugend U20:	800m (2:21,00), 400m Hürden (66,00), Hochsprung (1,60), Hammerwurf U20 (38,00m), Speerwurf (36,00)
weibliche Jugend U18:	100m (13,30), Hochsprung (1,55), Weitsprung (5,40) Hammerwurf (38,00)
m U16:	Hochsprung (1,60), Hammerwurf (30,00)
w U16:	Hochsprung (1,50), Hammerwurf (30,00)
w/m U12:	8x50m Talentstaffel

## 49. Internationales Leichtathletik Meeting/Rhede 5. NRW Hammerwurf-Cup 20. Juli 2019 BESAGROUP-Sportpark Rhede

<u>Zeit</u>	<u>Lauf</u>	<u>Sprung/Wurf</u>
13:00		Hammerwurf U16+U18 männlich+weiblich
14:30		Hammerwurf Männer/U23/U20
16:00		Hammerwurf Frauen/U23/U20
16:00	100m Endlauf weibliche U18	
16:05	100m Zeitvorläufe Frauen	Hochsprung wU16/18/20
16:20	100m Zeitvorläufe Männer	
16:30		Weitsprung Frauen/U18
16:40	8x50m Talentstaffeln	
17:00	800m Männer/U20	
17:15	100m Endläufe Frauen B+A	
17:25	100m Endläufe Männer B+A	
17:45	400m Frauen	Hochsprung mU16/18/20
18:00	400m Männer	Speerwurf Frauen/U20
18:15	800m Frauen/U20	
18:30	400m Hürden Frauen/U20	
18:45	400m Hürden Männer/U20	
19:00	200m Frauen	Dreisprung Frauen Weitsprung Männer
19:15	200m Männer	
19:30	1500m Männer/U20	
19:45	4x100m Frauen	
19:55	4x100m Männer	